



SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA ATENÇÃO BÁSICA: DESAFIOS E ESTRATÉGIAS DE CUIDADO EM TEMPOS DE SOBRECARGA

Letícia Tauane Maciel Duarte¹

Resumo

A Atenção Primária à Saúde (APS) representa o principal ponto de contato entre o usuário e o Sistema Único de Saúde (SUS), sendo essencial para a promoção, prevenção e recuperação da saúde da população. Entretanto, o cotidiano das equipes multiprofissionais tem se mostrado cada vez mais complexo, marcado por altas demandas, recursos limitados e situações de vulnerabilidade social que exigem respostas rápidas e humanizadas. Nesse cenário, a saúde mental dos trabalhadores da APS emerge como um tema prioritário, visto que o esgotamento emocional, o estresse e o desgaste profissional comprometem não apenas a qualidade da assistência, mas também a continuidade do cuidado ofertado. Assim, este estudo teve como objetivo analisar os principais desafios enfrentados pelos profissionais da APS em relação à saúde mental e identificar estratégias eficazes de enfrentamento e promoção do bem-estar no ambiente laboral. A revisão integrativa foi conduzida nas bases SciELO, PEDro e PubMed, abrangendo o período de 2020 a 2025. Foram encontrados 25 artigos e selecionados 3, que atendiam aos critérios de relevância temática e consistência metodológica. Os resultados evidenciam um aumento expressivo de sintomas de sofrimento psíquico, ansiedade e depressão entre trabalhadores da enfermagem, medicina e agentes comunitários de saúde, especialmente após a pandemia da COVID-19. As principais estratégias relatadas nos estudos envolvem a criação de espaços de escuta, programas de apoio psicológico, fortalecimento da comunicação nas equipes e a valorização profissional como forma de reduzir a sobrecarga emocional. Iniciativas institucionais de apoio psicossocial, associadas à reorganização das rotinas e à capacitação em autocuidado, mostraram impacto positivo na motivação e na produtividade. Ademais, o uso de tecnologias digitais, como plataformas de teleapoio e grupos virtuais de suporte, surge como recurso inovador e acessível para promover acolhimento entre profissionais de diferentes territórios. Conclui-se que o cuidado com a saúde mental dos trabalhadores da APS deve ser permanente e estruturado, integrando-se às políticas públicas de gestão do trabalho e valorização do servidor, como condição indispensável para a qualidade do cuidado prestado à comunidade.

Palavras-chave: Atenção Primária à Saúde. Acolhimento. Cuidado. Saúde Mental. Sobrecarga.

¹Letícia Tauane Maciel Duarte (). Universitário Maurício de Nassau – UNINASSAU, Caruaru–PE, Brasil.
e-mail: leticiamaciel0246@gmail.com